



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

BUĞDAY SALATASI

1 su bardağı haşlanmış buğday
yarım su bardağı mısır
yarım demet maydanoz
8-10 kornişon turşu
4-5 dal yeşil soğan
5-6 adet kurutulmuş domates (arzuya göre)
3 çorba kaşığı nar ekşisi
yarım çay bardağı zeytinyağı
üzerine serpmek için; beyazpeynir ve zeytin
tuz

Bir kabin içine taze soğanı, maydanozu, haşlanmış buğdayı, küçük doğranmış domates kurusunu, turşuları, nar ekşisini, zeytinyağını, tuzu, mısırları ilave edip karıştırılır. Üzerine beyaz peynir ve zeytin serperek servis yapılır.